



Main table with columns for date, meal name, and ingredients categorized by body-building, energy, and adjustment. Includes rows for 3月, 4月, 5月, 6月, 7月, 10月, 11月, 12月, and 18日.

千葉県教育研究会市川支会給食部会 公開研究発表会のお知らせ

1 日時 令和5年 8月3日(木)
受付: 13時00分 研究発表会: 13時15分から16時45分

2 場所 市川教育会館 多目的ホール

3 内容 ・各班経過報告
・研究発表 菅野小学校 栄養教諭 梅村順子
「魅力ある給食づくりをめざして～食材の製造工程・衛生管理・アレルギー対応等について見学し、情報提供を行う～」
・助言者市川市教育委員会 保健体育課 主幹 荻原子子
・講演 「近藤醸造における醤油醸造について」
講師 近藤醸造株式会社(キッコゴ) 代表取締役 近藤 寛氏
・講演 「食用油の基礎知識と安全性について」
講師 日清オイリオグループ株式会社
東京支店営業第3課 主務 志磨 保則氏

4 申し込み 参加希望の方は教頭までご連絡下さい。

(7月20日(木)締め切り)

6月1日(木)に家庭教育学級にて給食試食会が行われました。給食の目的についてや、給食室での衛生管理、味付けで気をつけている点、栄養価などについてお話をいただきました。味や量についてのアンケートでは多くの方から『ちょうどよい』との回答をいただきました。また、『レシピを知りたい』とのお声も多かったです。また、『レシピを知りたい』とのお声も多かったです。また、『レシピを知りたい』とのお声も多かったです。また、『レシピを知りたい』とのお声も多かったです。



- ★食事の前は石けんできれいに手をあらいましょう。
★食材料の都合により、献立を変更することがあります。
★給食当番の人は、エプロンを金曜日に持ち帰り洗濯し、次の人が気持ちよく使えるようにして持ってきてください。

Table with 2 columns: Item, Value. Includes 栄養価の月平均値, エネルギー (785 kcal), たんぱく質 (33.1 g), 脂質 (23.8 g), 食塩相当量 (3.0 g).



【めかたま汁】

- 《材料》4人分
・乾燥きざみめかぶ 大さじ1(3g)
・卵 2個
・小松菜 1/4袋(50g)
・人参 1/3本(40g)
・玉ねぎ 小1/2個(90g)
・だし汁 500cc
・塩 小さじ1/2
・しょうゆ 大さじ1/2
・片栗粉+水 各大さじ2

大きなスーパーやネット通販で購入できます。戻し方はパッケージを見てください。

給食はかつお節・さば節の混合だしです。

《作り方》

- ①卵は割りほぐし、めかぶは固めに戻しておく。
②小松菜は1.5cm幅に切り、さっとゆで、水にとって冷まし、水を切る。
③人参は千切り、玉ねぎはうすいスライスに切る。
④だし汁に③の人参・玉ねぎを入れ煮る。
⑤人参と玉ねぎが煮えたら塩・しょうゆで味付けをし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
⑥①の卵とめかぶを混ぜ、⑤に流し入れる。
⑦卵がふんわり固まったら、②の小松菜を加え完成。